



altromovimento

Yoga

contro ansia e stress

Lezioni settimanali al lunedì

incontro di prova gratuita :

lunedì 26 Settembre 2011 ore 20:00

associazione sportivo-dilettantistica

altromovimento

via IV Novembre 20 Montecchio Maggiore (VI)

Per informazioni e iscrizioni

348 71.53.257

e-mail: tadiellof@gmail.com - web: www.altromovimento.it



Riequilibrare e stabilizzare il sistema nervoso

Atteggiamento salutare verso la vita

Yoga nel lavoro contro stanchezza e stress

- Pratiche anti reumatiche
- Pratiche per apparato digerente
- Rivitalizzanti
- Respirazione
- Rilassamento
- Schiena felice
- Adatto a tutti

“C'è sempre una via d'uscita dai vostri problemi; e se trovate il tempo di pensare chiaramente, di pensare al modo di liberarvi dalla causa della vostra ansia, invece di continuare soltanto a preoccuparvene, diventerete un maestro ...”
Paramahansa Yogananda

associazione sportivo-dilettantistica

altromovimento

via IV Novembre 20 Montecchio Maggiore (VI)

Per informazioni e iscrizioni

348 71.53.257

e-mail: tadiellof@gmail.com - web: www.altromovimento.it